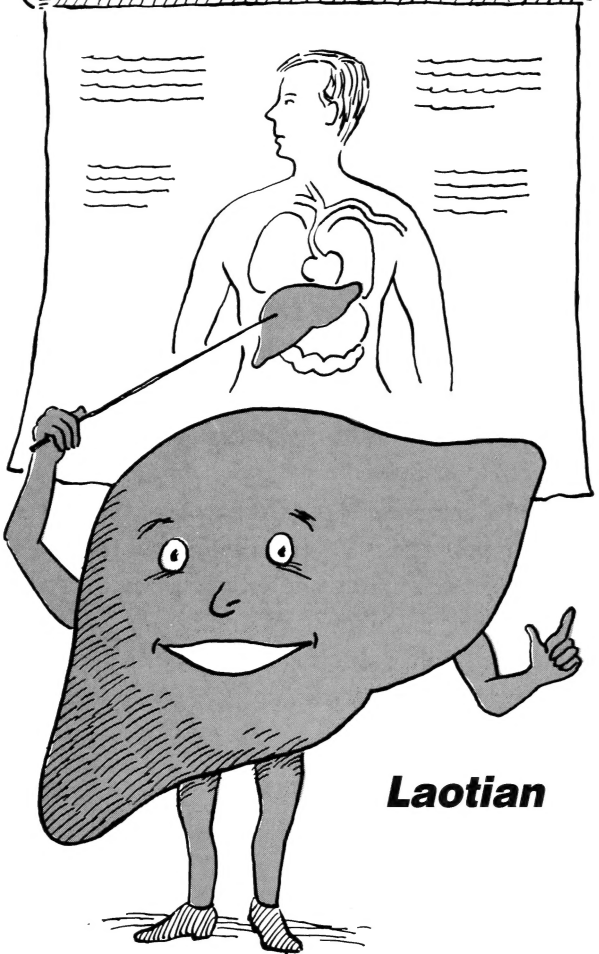


ໂຮຄຕັບ ຈະມີດ"ບີ"

Hepatitis B



Laotian



AAPCHO

Association of Asian Pacific
Community Health Organizations

ໂຣຄຕັບຊະນິດ‘ບີ’ແມ່ນຫຍັງ?

ໂຣຄຕັບຊະນິດ‘ບີ’ແມ່ນໂຣຄຕັບຮ້າຍແຮງຊະນິດນຶ່ງຊຶ່ງເກີດມາຈາກເຊື້ອໄວຣັສທີ່ມີຊື່ວ່າ ເຊື້ອໄວຣັສໂຣຄຕັບຊະນິດ‘ບີ’(HBV). ເວລາມືຜູ້ຕິດເຊື້ອໄວຣັສໂຣຄຕັບຊະນິດ‘ບີ’ຕັບນັ້ນຈະບວມຊ້າ. ອາການພະຍາດຕັບຈະປາກົດຂຶ້ນຫາກແຕ່ວ່າມີຫລາຍໆຄົນບໍ່ຮູ້ສຶກຕົນເອງວ່າຕິດພະຍາດຕັບ. ເມື່ອມີອາການເຈັບຂຶ້ນມັນອາດ

ເຈັບຂຶ້ນມາແຮງ, ເຮັດໃຫ້ເຈັບຈົນເຫນັງຕິງບໍ່ໄດ້. ຄົນ

ສ່ວນຫລາຍຫາຍຈາກໂຣຄ

ຕັບຊະນິດ‘ບີ’ພາຍໃນ

ຫລາຍໆອາທິດແລ້ວເກີດ

ແນວຕ້ານທານຮ່າງກາຍ

ຈາກເຊື້ອ HBV ໄດ້. ນີ້ຄື

ອາການເຈັບຫນັກຂອງໂຣຄຕັບ

ຊະນິດ‘ບີ’. ເຖິງຢ່າງໃດກໍດີ, ບາງຄົນ

(ປະມານ ໕-໑໐%) ບໍ່ເກີດແນວຕ້ານທານ

ກັບເຊື້ອໂຣຄຕັບຊະນິດ‘ບີ’ເລີຍຈັກເທື່ອແລະ

ອາດຖືເຊື້ອໄວຣັສໄວ້ເປັນຫລາຍໆປີຕລອດ

ຊີວິດ. ສິ່ງນີ້ມັກເກີດຂຶ້ນກັບເດັກເກີດໃຫມ່

ແລະເດັກນ້ອຍໂດຍທົ່ວໄປ.

ຜູ້ທີ່ເປັນໂຣຄຕັບຊະນິດ‘ບີ’ຢ່າງຊ້າເຮື້ອອາດມີອາການເກີດຂຶ້ນແຕ່ເລັກໆນ້ອຍໆແລະອາດບໍ່ຮູ້ສຶກວ່າເຂົາຍັງມີເຊື້ອໄວຣັສໂຣຄຕັບຢູ່. ສ່ວນຄົນອື່ນມີປັນຫາເຈັບຕັບຕລອດໄປຍ້ອນເປັນໂຣຄຕັບ, ຕັບບໍ່ທ່າງານ(Cirrhosis)ຫລືເປັນມະເຮັງຕັບ. ໃນກໍລະນີໃດກໍຕາມ, ຜູ້ທີ່ຖືເຊື້ອໂຣຄຕັບຊ້າເຮື້ອຕລອດໄປນັ້ນອາດຕິດລາມໄປສູ່ຜູ້ອື່ນແລະທອດເທເຊື້ອໂຣຄໄປຫາຄົນອື່ນຊຶ່ງຈະເກີດເປັນໂຣຄຕັບໄດ້ເຊ່ນດຽວກັນ.

ໃຜແດ່ສາມາດຕິດແລະມັກເປັນ?

ໃຜໆກໍອາດຕິດໂຣຄຕັບຊະນິດ‘ບີ’ນີ້ໄດ້, ຫາກແຕ່ວ່າປະຊາຊົນບາງກຸ່ມມັກເປັນພະຍາດນີ້ຫລາຍໂດຍສະເພາະ. ຄົນເຫລົ່ານັ້ນຄື:

- ຊາວເອເຊັງແລະຄົນເກາະປາຊີຟິກ
- ຊາວຮາຍຕູນ
- ຄົນທະເລຊາຍ‘ຊາຮາຣາ’ໃນອະຟຣິກາ
- ຊາວແອສຊີໃນອາລາສກາ
- ພວກຫມໍແລະພະນັກງານໂຮງຫມໍ
- ຜູ້ສັກຢາເສບຕິດ
- ຄົນທີ່ຮ່ວມເພດກັບຫລາຍໆຄົນຊຶ່ງບໍ່ປ້ອງກັນໂຕໃຫ້ບອດພ້ຽມ
- ຄົນທີ່ຢູ່ໂຮງຫມໍເຊ່ນຄົນຢູ່ຮັບໃຊ້ຜູ້ສມອງຊ້າ.



ໂຣຄຕັບຊະນິດ“ບີ”ແຜ່ຜ່າຍຢ່າງໃດແດ່?

ໂຣຄຕັບຊະນິດ “ບີ”ສາມາດແຜ່ຜ່າຍອອກໄປໄດ້ຫລາຍທາງ ແຕກຕ່າງກັນຢ່າງບໍ່ສາມາດຮູ້ໄດ້.

໐ ຕິດຕໍ່ມາຈາກເລືອດທີ່ມີເຊື້ອແລະຂອງໃຊ້ກ່ຽວພັນກັບເລືອດ.
ເຊື້ອໄວຣັສໂຣຄຕັບ “ບີ”ສາມາດແຜ່ຜ່າຍອອກໄປໂດຍການ ຕື່ມເລືອດເວລາໃດເລືອດນັ້ນບໍ່ໄດ້ຖືກກວດຫາ ‘ເອສບີວີ’ HBV Hepatitis B Virus. ໃນສະຫະຣັຖດຽວນີ້ທຸກຄົນທີ່ໃຫ້ ເລືອດຕ້ອງຖືກກວດຫາເອສບີວີ. ຫມາຍເຫດ: ທ່ານຈະບໍ່ສາ ມາດຕິດເຊື້ອໄວຣັສໂຣຄຕັບ “ບີ”ໄດ້ເວລາບໍ່ຮິຈາກ ເລືອດ. ເຊື້ອໂຣຄຕັບຊະນິດ “ບີ”ສາມາດແຜ່ຜ່າຍໂດຍເຂັມແລະ ຫລອດສັກຢາທີ່ມີເຊື້ອ(ໃຊ້ຂັມສັກທີ່ເບື້ອນຮ່ວມກັນ)ຫລື ວ່າມິດແຖຫນວດ, ຫລືຖືກສິ່ງຂອງອື່ນໆຊຶ່ງອາດມີ ຮອຍເລືອດຄົນຢູ່ປົນນຳເລັກນ້ອຍ.

໒ ຕິດນຳສິ່ງທີ່ຝັນນຳໃນຮ່າງກາຍ. ເຊື້ອ ‘ເອສບີວີ’ ອາດພົບເຫັນຢູ່ໃນນ້ຳຈາກຮ່າງກາຍເຊ່ນນ້ຳຢູ່ວ, ນ້ຳກາມ, ນ້ຳຕາ, ນ້ຳລາຍ, ນ້ຳນົມແມ່ແລະຫາຍາກ ທີ່ສຸດໃນອາຈົມ. ມັນອາດຕິດກັນເວລາຖືກເນື້ອຕ້ອງ ໂຕກັນສະນິດຊຶ່ງມີທັງເວລາຮ່ວມເພດກັນ.

໓ ການຕິດໂຣຄຕັບເວລາເກີດລູກ. ຜູ້ຍິງຖືພາທີ່ມີ ເຊື້ອໂຣຄຕັບເອສບີວີສາມາດຫອດເທໄວຣັສໄປໃຫ້ ລູກນ້ອຍຂອງເຂົາເຈົ້າຕາມທັມມະດາແມ່ນຍາມເກີດລູກ ອອກມາ. ນີ້ແມ່ນວິທີທີ່ເຊື້ອພະຍາດນີ້ແຜ່ຜ່າຍອອກໄປໃນ ປະເທດຕາວັນອອກໄກແລະປະເທດທີ່ດ້ອຍການພັທນາ.

໔ ຕິດກັບຄົນໃນຄອບຄົວດຽວກັນ. ການແຕະຕ້ອງກັບບຸກຄົນທີ່ ເປັນພະຍາດໃນຄອບຄົວດຽວກັນອາດແຜ່ຜ່າຍເຊື້ອໄວຣັສ ໂຣຄຕັບຊະນິດ “ບີ”ໄດ້, ຫາກແຕ່ວ່າການຕິດແບດກັນນັ້ນໃນກໍລະ ນີເຊ່ນນີ້ຍັງບໍ່ທັນແຈ້ມແຈ້ງເທື່ອ.



ກວດຫາໂຣຄຕັບຊະນິດ“ບີ”ໄດ້ຢ່າງໃດ?

ເນື່ອງຈາກວ່າມີຫລາຍໆຄົນມີເຊື້ອໂຣຄຕັບຊະນິດນີ້ແລ້ວ ແຕ່ບໍ່ເຫັນມີອາການຫຍັງເລີຍ, ທາງດຽວທີ່ຈະ ກວດເຊື້ອໂຣຄຕັບຊະນິດ “ບີ” ກໍຄືກວດເລືອດເບິ່ງ. ນາຍຫມໍສາມາດ ເລືອກວິທີກວດທີ່ ຫມາະສົມແລະ ຊອກເຫັນໂຣ ຄຕັບຊະນິດ “ບີ”



ອາການຂອງໂຣຄຕັບ"ບີ"ມີຫຍັງແດ່?

ການເຈັບໂຣຄຕັບຊະນິດ"ບີ"ອາດເປັນຄ່ອຍໆ, ສ່ວນຫລາຍມັກເປັນຄືຂ້າງໄຫວ້ໃຫຍ່. ບາງຄົນ(ໂດຍສະເພາະເດັກນ້ອຍ)ອາດຈະບໍ່ມີອາການຫຍັງເລີຍ. ແຕ່ບາງຄົນອາດມີອາການເຈັບຫນັກຊຶ່ງມີປວດຮາກແລະ/ຫລືຮາກອອກມາ, ໄຂ້, ເມື່ອຍ, ເຈັບຕາມທ້ອງ, ເຈັບກ້າມເນື້ອ, ແລະຖອກທ້ອງ. ຜິວຫນັງແລະຫນ່ວຍຕາຂອງເຂົາເຈົ້າອາດກາຍເປັນເຫລືອງແລະຢູ່ເປັນສີຫມາກກຸ້ງເຂັ້ມ. ບາງຄົນມັກມີອາການເຫລົ່ານີ້ບາງຢ່າງ, ເປັນຫມົດທຸກຢ່າງ, ຫລືວ່າບໍ່ມີອາການເຫລົ່ານີ້ຈັກຢ່າງ.

ຂ້ອຍຄວນເຮັດແນວໃດຖ້າຂ້ອຍມີໂຣຄຕັບຊະນິດ"ບີ"?



ບຸກຄົນທີ່ສິ່ງໃສ່ວ່າເປັນໂຣຄຕັບຊະນິດ"ບີ" ແລ້ວຄວນໄປຫາຫມໍ. ຕ້ອງໄດ້ກວດເລືອດເບິ່ງເພື່ອຄວາມແນ່ນອນ. ຄົນທີ່ມີອາການເຈັບຫນັກເຊັ່ນປວດຮາກຢູ່ບໍ່ເຊົາແລະຮາກອອກມານັ້ນອາດຕ້ອງໄດ້ເຂົ້າມາຮອງຫມໍ. ເມື່ອຫາຍດີຂຶ້ນມາແລ້ວຄົນໃຫຍ່ຄວນອອກກຳລັງກາຍ, ກິນໃຫ້

ສມ່ຳສະເໝີ, ກິນອາຫານທີ່ມີນ້ຳມັນຫນ້ອຍ, ຫລືກວັ້ນເຫລົ້າແລະກິນແຕ່ຢາທີ່ຫມໍສັ່ງເທົ່ານັ້ນ. ການຫຼຸດໄປຫາຫມໍແມ່ນສຳຄັນທີ່ສຸດ. ເຖິງແມ່ນວ່າຄົນໃຫຍ່ຫາຍດີຂາດຈາກການເຈັບໂຣຄຕັບຫນັກນີ້ແລ້ວກໍຕາມ, ພວກເຂົາອາດຍັງບໍ່ຝັນການເປັນພະຍາດເທື່ອແລະອາດຍັງເຈັບໄດ້ຢູ່. ໃນຂ້າງຫນ້າເຂົາອາດຈະເປັນໂຣຄຕັບແລະຄວນໃຫ້ຫມໍປິວຮັກສາຢ່າງເອົາໃຈໃສ່.

ໃຜແດ່ຄວນກວດຫາເບິ່ງໂຣຄຕັບຊະນິດ"ບີ"?

ຜູ້ຍິງເອເຊຍ/ບາຟິກທີ່ຖືພາທຸກຄົນຄວນກວດຫາຊື້ອ HBV ເຖິງແມ່ນວ່າເຂົາຈະຈຳບໍ່ໄດ້ວ່າເຄີຍເປັນໂຣຄຕັບມາກ່ອນ.

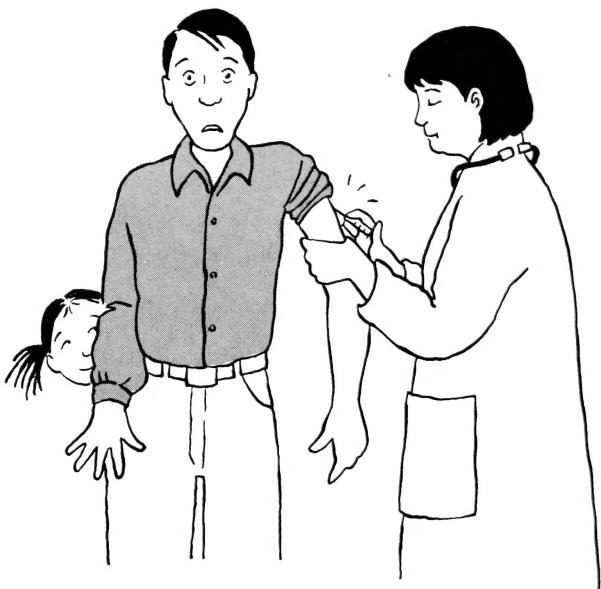


ຖ້າບໍ່ຮູ້ວ່າເປັນລູກຂອງເຂົາອາດມີເປົ້າໝາຍເກີດເຊື້ອໂຣຄຕັບຫລາຍ
ທີ່ສຸດ. ການສັກຢາວັກຢາວັກຊີນເປັນຫົນທາງດຽວທີ່ຈະປ້ອງກັນ
ບໍ່ໃຫ້ພະຍາດຮ້າຍແຮງນີ້ເກີດຂຶ້ນມາໄດ້. ຢາວັກນີ້ສັກໃຫ້ເທື່ອນຶ່ງ
ຕອນເກີດອອກມາໃຫມ່, ແລະສັກອີກສອງເທື່ອຂນະທີ່ອາຍຸ ໑
ເດືອນແລະຕອນອາຍຸ ໖ ເດືອນ. ມັນເປັນການປອດພ້ຍແລະໄດ້
ຜົນຢ່າງດີ. ໃຜກໍຕາມ(ຜູ້ຊາຍຫລືຜູ້ຍິງ)ທີ່ຄິດວ່າຕົນເອງຕິດເຊື້ອ
ໂຣຄຕັບ“ບີ” ຫລືວ່າມີອາການທີ່ອາດແມ່ນໂຣຄຕັບຊະນິດ“ບີ” ຄວນ
ຈະໄປກວດເບິ່ງ. ທ່ານຫມໍບາງຄົນຍັງແນະນຳວ່າຄົນເອເຊັ່ນແລະ
ຄົນເກາະປາຊີຟິກທຸກໆຄົນຄວນຈະໄປກວດເບິ່ງເພາະວ່າເຊື້ອໂຣຄ
ອາດສາມາດແຜ່ຜ່າຍອອກໄປຢ່າງບໍ່ຮູ້ສຶກມີອາການຫຍັງເລີຍ.

ຫລີກເວັ້ນບໍ່ໃຫ້ເຊື້ອໂຣຄຕັບຊະນິດ“ບີ” ແຜ່ຜ່າຍອອກໄປໄດ້ແບບໃດ?

ບຸກຄົນທີ່ເປັນຫລືວ່າມີເຊື້ອໂຣຄຕັບຊະນິດ“ບີ” ຕ້ອງປະຕິບັດຕາມ
ຄໍາແນະນຳດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້ເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ເຊື້ອໂຣຄແຜ່ຜ່າຍອອກໄປ:

- ໃຫ້ຫລີກເວັ້ນການໃຊ້ເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວຮ່ວມກັນເພາະມັນອາດ
ມີເລືອດຫລືສິ່ງລະບາຍອອກທາງຮ່າງກາຍເຊ່ນວ່າມີດແຖ
ຫນວດ, ແບງຖູແຂ້ວ, ເຄື່ອງຕັກກິນເຂົ້າ, ເຂັມສັກຢາ.
- ຢ່າໃຫ້ຫລືບໍ່ຮິຈາກເລືອດ
- ປິດປ່ອນຖືກບາດຫລືປາກບາດໃຫ້ດີ
- ລ້າງມືດ້ວຍສະບູຫລັງຈາກໃຊ້ຫ້ອງນ້ຳທຸກໆເທື່ອ
- ໃຫ້ລູກເຕົ້າ, ຜົວ/ແມ່ຫລືຄູ່ສົມສູ່ຂອງທ່ານກວດຫາເຊື້ອ
ໂຣຄເອສບີວີ



- ໃຊ້ຖົງອານາມັຍເວລາຮ່ວມເພດເພື່ອບໍ່ໃຫ້ເຊື້ອເອສບີວີ
ແຜ່ຜ່າຍອອກໄປ.

ການປ້ອງກັນດ້ວຍການສັກຢາ

ບຸກຄົນທີ່ບໍ່ເຄີຍໂຮດຕັບຊະນິດ“ບີ”ສາມາດສັກຢາປ້ອງກັນເຊື້ອ
ໂຮດນີໄວ້. ຢາກຂໍແນະນຳເປັນພິເສດໃຫ້ຫມົດທຸກຄົນໃນຄອບຄົວ
ຊຶ່ງມີຜູ້ເປັນໂຮດຕັບຢ່າງຊ້ຳເຮື້ອຊັກຢາວັກຊີນທີ່ໄດ້ຜົນທີ່ສຸດນີ້,
ແລະສັກໃຫ້ທາຣົກທີ່ເກີດອອກມາໂດຍທີ່ແມ່ມີເຊື້ອເອສບີວີເພາະ
ສາມາດທອດເໝາະໄວ້ໄດ້ໃນຂະນະທີ່ເກີດອອກມາ.

This brochure is available in English, Chinese,
Korean, Laotian, Samoan, Tagalog and Vietnamese.

Copyright 1991. Reprinted 1996.

Association of Asian Pacific

Community Health Organizations (AAPCHO)

1440 Broadway, Suite 510, Oakland, CA 94612.

510-272-9536

All rights reserved.

Printed by Design One

Illustrated by Ellen Joy Sasaki

Designed by Peter Matsukawa